

17. PKO

POZnań*
maraton
*im. Macieja Frankiewicz

Sponsor tytularny



Bank Polski

9 października 2016



Organizatorzy:

*posir

Informator
dla zawodników

POZnań*

Informacje ogólne



Odbiór pakietów startowych

Pakiety startowe będą wydawane w Biurze Zawodów:
Międzynarodowe Targi Poznańskie (MTP)
Hala nr 3, wejście od Holu Wschodniego, ul. Głogowska 14, Poznań

- 07.10.2016 (piątek) w godz. 10:00 – 20:00
- 08.10.2016 (sobota) w godz. 10:00 – 20:00

W dniu biegu, 9 października, Biuro Zawodów będzie nieczynne!

Jeżeli ktoś nie może osobiście odebrać pakietu startowego, wystarczy że przekaże **podpisaną przez siebie kartę startową** osobie, która odbierze pakiet za niego.



Karta startowa

Znajduje się na profilu każdego zarejestrowanego zawodnika.
Aby pobrać kartę startową należy:

1. **Zalogować się na swoim koncie:** <http://marathon.poznan.pl/panel/pl>. Jeżeli ktoś nie pamięta hasła, wystarczy kliknąć w przycisk „**przypomnij hasło**”, system automatycznie wygeneruje nowe, które zostanie wysłane na adres e-mail podany w zgłoszeniu.
2. **Kliknąć w link „karta startowa”.**
3. Karta startowa zapisana jest w formacie pdf, wystarczy ją zapisać na swoim komputerze, a następnie **otworzyć i wydrukować.**
4. W karcie startowej znajdują się m.in. dane osobowe, informacje o wydawaniu numerów startowych oraz oświadczenie, które stanowi zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz potwierdzenie, że nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do startu Maratonie.
5. **Z podpisaną kartą** można odebrać pakiet startowy.



Bezpłatny nocleg w terminie: 08.10.2016 – 09.10.2016

Przygotowano w halach sportowych na ulicy Chwiałkowskiego 34 w Poznaniu:

- Hala „A” – otwarta od godz. 18.00
- Hala „B” – otwarta od godz. 20.00

Zawodnicy będą wpuszczani do hal na podstawie numeru startowego.

Organizator nie zapewnia materacy i śpiworów!

Zawodników korzystających z bezpłatnego noclegu na start zawiozą podstawione przez Organizatora autobusy.
Godziny odjazdu: 07:00 i 08:00.



Pasta Party

08.10.2016 (sobota) w godz. 12:00 – 20:00
MTP, hala nr 3, wejście od Holu Wschodniego
ul. Głogowska 14, Poznań

Zawodnicy otrzymują darmową porcję makaronu na podstawie bonu. Bon na Pasta Party jest integralną częścią numeru startowego znajdującego się w pakiecie startowym.



Poznań Sport Expo

MTP, hala nr 3, wejście od Holu Wschodniego
ul. Głogowska 14, Poznań

- 07.10.2016 (piątek) w godz. 10:00 – 20:00
- 08.10.2016 (sobota) w godz. 10:00 – 20:00
- 09.10.2016 (niedziela) w godz. 07:00 – 16:00



Dojazd

KOMUNIKACJA MIEJSKA

Uczestnicy 17.PKO Poznań Maratonu w dniach 7-9.10.2016 mogą poruszać się komunikacją miejską za darmo!
Podczas ewentualnej kontroli biletów należy okazać numer startowy.

Polecamy dojazd na start komunikacją miejską. Informacje na temat rozkładu jazdy, cen biletów oraz mapy linii tramwajowych i autobusowych można znaleźć na stronie internetowej Zarządu Transportu Miejskiego w Poznaniu: www.ztm.poznan.pl Prosimy o dokładne sprawdzenie aktualnego rozkładu jazdy przed planowaną podróżą!

Polecamy również wyszukiwarkę połączeń i rozkład jazdy komunikacji miejskiej: <http://poznan.jakdojade.pl/>

DOJAZD Z LOTNISKA

Port Lotniczy Poznań-Ławica połączony jest z centrum miasta za pomocą komunikacji miejskiej. Przystanki autobusowe znajdują się w bezpośrednim sąsiedztwie terminali pasażerskich, bądź w niewielkiej od nich odległości. Aktualnie między Portem a centrum miasta kursują cztery linie autobusowe, z których jedna – L – jest linią pospieszną łączącą lotnisko z Dworcem Głównym PKP. Więcej można znaleźć na stronie:

<http://www.airport-poznan.com.pl/pl/dla-pasazerow/wylatuje-z-poznania/dojazd-na-lotnisko>



Prelekcje dla biegaczy

08.10.2016 (sobota) w godz. 14:00 – 17:30
MTP, hala numer 3, wejście od Holu Wschodniego
Sala zielona (piętro 1)

Szczegółowy program:

<http://marathon.poznan.pl/strefa-zawodnika/program/>

W dniu biegu



Parkingi

CENTRUM HANDLOWE - CITY CENTER

Parking na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich

Wjazd od ul. Śniadeckich

Cennik: 20 zł za dzień parkowania

Parking przy ulicy Matejki 63

Czynny 24h

Oddalony ok. 350 metrów od MTP

Cennik: 4 zł za godzinę parkowania dla samochodów osobowych

Parking przy Placu Wolności – Auto-Park Poznań Sp. z o.o.

Czynny 24 h. Oddalony ok. 2 km od MTP

Cennik:

- 27 zł za 7 godzin parkowania
- 31 zł za 8 godzin parkowania
- 35 zł za 9 godzin parkowania

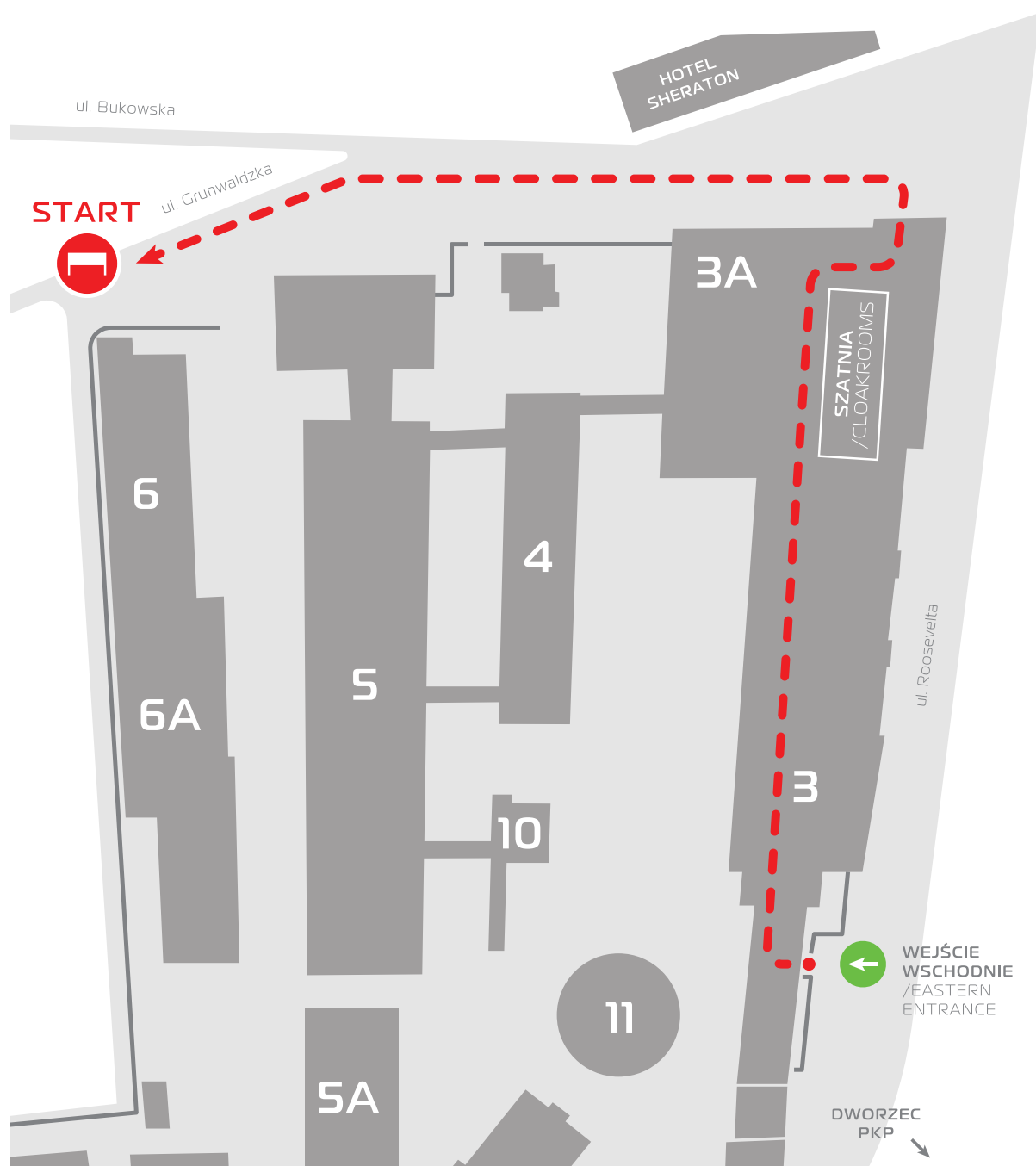
Pełen cennik:

<http://www.parkingpodziemny.pl/cennik/>



START

09.10.2016, ul. Grunwaldzka,
Zawodnicy na wózkach: godz. 08:50
Biegacze: godz. 09:00





Szatnie / Depozyty

- szatnie będą znajdowały się w hali 3A
- zawodnicy oddają rzeczy zapakowane w worki z numerami startowymi od godz. 7:00
- wydawanie worków odbywać się będzie za okazaniem numeru startowego
- zgubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia Organizatora z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę
- za rzeczy nie oddane do szatni Organizator nie odpowiada
- Organizator nie odpowiada za ubrania uczestników pozostawione w strefie startu



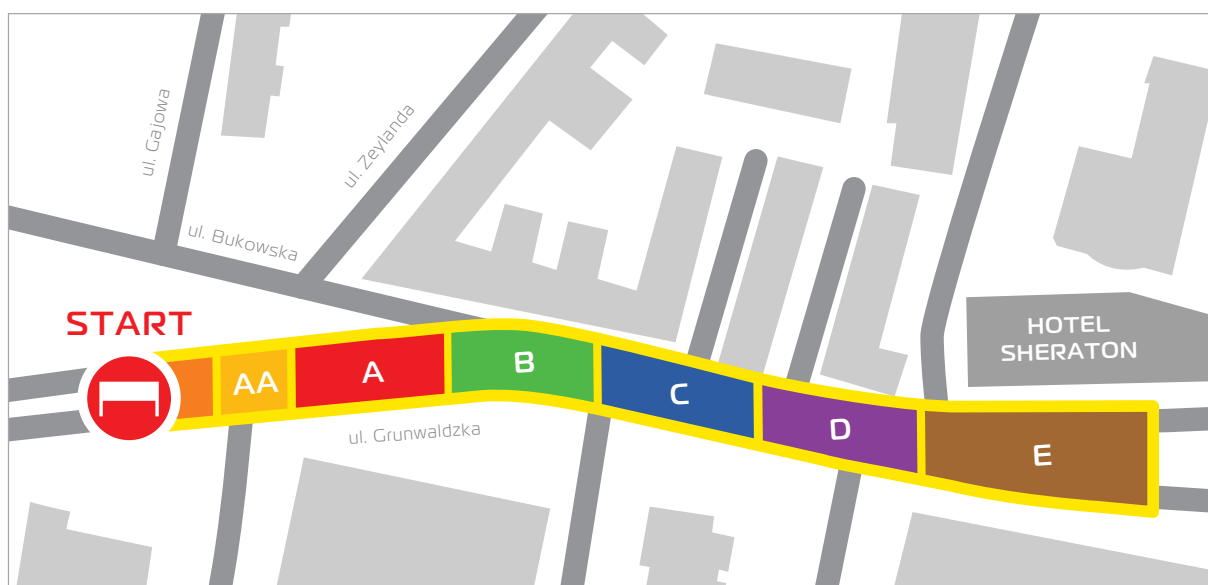
Toalety

Toalety zlokalizowane będą w strefie startu, na trasie (w okolicy punktów żywieniowych), w strefie mety (stałe - w halach 3 i 3A) oraz na Placu Marka (przenośnie typu TOI TOI).



Strefy startowe

Dla umożliwienia uczestnikom komfortowego rozpoczęcia biegu, strefa startu została podzielona na następujące strefy: AA - żółta, A - czerwona, B - zielona, C - niebieska, D - fioletowa, E - brązowa. Wejście do strefy odbywać się będzie na podstawie koloru paska przy numerze startowym. Kolejność stref od linii startu:



LEGENDA / LEGEND:



START
Start line



STREFA STARTU
Start zone



STREFA DLA WÓZKÓW
Zone for wheelchairs



ZAWODNICZY Z NUMERAMI STARTOWYMI OD 1 DO 100
Runners with Bib numbers 1-100



CZAS PONIŻEJ 3h 10m
Times under 3h 10m



CZAS: 3h 11m do 3h 29m
Times: 3h 11m to 3h 29m



CZAS: 3h 30m do 3h 59m
Times: 3h 30m to 3h 59m



CZAS: 4h 00m do 4h 29m
Times: 4h 00m to 4h 29m



CZAS POWYŻEJ 4h 30m
Times over 4h 30m



Trasa

Trasa maratonu:

<http://marathon.poznan.pl/strefa-zawodnika/trasa/>



Punkty odżywcze



5/10/15/20/25/30/35/40



woda do
gąbek
water for
sponges



woda
water



napój
izotoniczny
isotonic



banany,
czekolada, cukier
bananas,
chocolate, sugar



woda
water



napój
izotoniczny
isotonic



25/30/35/40



pomarańcze, pastylki z glukozą Dextro Energy
oranges, Dextro Energy drops



27/32/37



tylko woda
only water



Pacemakerzy

Jak co roku wymarzony czas pomogą biegaczom uzyskać pacemakerzy. W sumie będzie 9 zespołów pacemakerów, prowadzących na następujące czasy netto: **3:00, 3:15, 3:30, 3:45, 4:00, 4:15, 4:30, 4:45, 5:00** (liczone od przebiegnięcia linii startu). Aby dołączyć do grupy, wystarczy ustawić się obok wybranego „zajęcia” na starcie. Każdy z pacemakerów będzie ubrany w charakterystyczną koszulkę oraz wysoką flagę typu husaria.



Zmiany w komunikacji miejskiej

Informujemy, że w dniu 09.10.2016 na trasie maratonu zamknięty będzie ruch wzdłużny. Trasa biegu zostanie zamknięta dla ruchu kołowego w godzinach od 8:00 do 15:00.

Dodatkowo w godzinach od 6:00 do 16:00, wyłączona zostanie z ruchu ul. Grunwaldzka na odcinku od Roosevelta do Szylinga. Na poszczególnych odcinkach trasa będzie otwierana dla zmotoryzowanych (tzw. śluzy), a jej całkowite otwarcie nastąpi po przebiegnięciu ostatniego uczestnika maratonu. Zmianie ulegną również rozkłady jazdy niektórych linii autobusowych i tramwajowych.

Szczegółowe informacje na temat trasy i śluz znajdują się na stronie internetowej:

www.marathon.poznan.pl w zakładce TRASA.

Po biegu



Wyniki

Wyniki nieoficjalne zostaną zamieszczone na stronie www.marathon.poznan.pl - bezpośrednio po biegu.

Wyniki oficjalne zostaną zamieszczone na stronie www.marathon.poznan.pl po uzyskaniu ostatecznego protokołu Komisji do Zwalczenia Dopingu w Sporcie.



Strefa odżywiania na mecie

Wszyscy uczestnicy maratonu mogą po biegu skorzystać z:

- zimnych napoi – woda, izotonik, piwo
- ciepłego napoju – herbata
- ciepłego posiłku – danie makaronowe (hala 3)
- posiłku regeneracyjnego – czekolada, cukier, banany, jabłka, pomarańcza, rodzyнки i winogrono



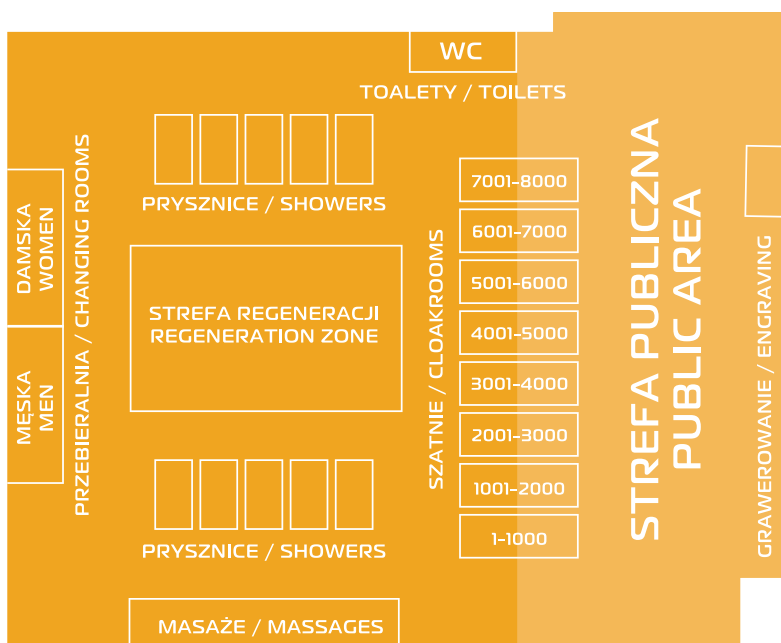
LEGENDA / LEGEND:

- SZATNIE, MASAŻE I PRYSZNICE**
Cloakrooms, massages and showers
- BIURO MARATONU**
Marathon Office
- PASTA PARTY**
Meal after the run
- TARGI POZNAŃ SPORT FAIR**
Poznań Sport Fair
- GRAWEROWANIE MEDALI**
Medals engraving
- PUNKT MEDYCZNY**
Medical Point
- SZPITAL POŁOWY (PARTER)**
Field Hospital
- PUNKT ŻYWIENIOWY**
Nutrition point
- PIWO I HERBATA**
Beer and tea
- RUNNERS PARTY**
Runners Party
- TRYBUNY**
The stands
- TOALETY**
Toilets
- STREFA ZAWODNIKA**
Runners Zone
- SALA ZIELONA**
Green Hall



Strefa odświeżania na mecie

Wszyscy uczestnicy maratonu mogą po biegu skorzystać z bezpłatnych masaży i natrysków, zlokalizowanych w hali 3A.



Personalizacja medali w niedzielę 9 października

Na rewersie medalu można wygrawerować swoje imię i osiągnięty czas. Medale graweruje firma Technika / Aerotechnika. Punkt personalizacji medali znajduje się w hali 3A. **Koszt personalizacji medali 17 zł. za sztukę**



Foto

Specjalnie dla biegaczy, fotografowie serwisu fotomaron.pl będą wykonywali zdjęcia w wielu punktach na trasie oraz mecie. Już kilka dni po biegu, zdjęcia będzie można znaleźć na stronie www.fotomaron.pl. Aby odnaleźć siebie na zdjęciach, wystarczy wpisać swój numer startowy lub nazwisko.

Jest to usługa płatna. Opłatę pobiera serwis fotomaron.pl



Dyplom

Po zakończeniu biegu i ogłoszeniu oficjalnych wyników, będzie można pobrać dyplom w wersji elektronicznej. **Darmowe dv** znajdziecie na: www.fotomaron.pl.



Pobierz bezpłatną aplikację mobilną „Poznań Maraton”



app store



google play